

Viva como
si su vida
dependiera de ello.



Live Well 
MESSAGE ALLIANCE

“Nunca es
demasiado tarde
para sentirse bien”.

WWW.LIFEDEPENDSONIT.COM



No hacíamos mucha actividad física. Pero después aprendimos que un poco de ejercicio puede hacer una gran diferencia en cómo nos sentimos. Por eso, ahora caminamos, bailamos o simplemente nos divertimos.

Siempre que estamos en movimiento, estamos mejorando nuestra salud y con un poco de suerte, podremos disfrutar y seguir juntos por muchos, muchos años.

!Una actividad física durante 30 minutos o más casi todos los días de la semana puede hacerle sentir estupendamente!

Viva como si su vida dependiera de ello.

